

Fiche conseils

Le pied d'athlète est une infection à champignon (mycose) de la peau des pieds.

Traiter l'infection

- Lavez-vous les pieds tous les jours, à l'eau courante et **en insistant entre les orteils**.
- Utilisez de préférence des savons doux.
- Séchez ensuite soigneusement vos pieds en insistant entre les orteils.
- Appliquez les traitements sur un pied propre et sec.
- Évitez de fréquenter les piscines tant que l'infection n'est pas complètement guérie.

Éviter les récurrences

- **Hydratez vos pieds quotidiennement.**
- Ne portez pas tous les jours la même paire de chaussures.
- A la salle de sport, portez des sandales lors de vos déplacements.
- Utilisez des chaussettes "respirantes" pour la randonnée et la marche. Celles-ci sont vendues en magasins de sport.
- Utilisez de la poudre antifongique dans vos chaussures et dans vos chaussettes (demandez conseil à votre pharmacien).
- Lavez régulièrement votre linge de toilette et les tapis de votre salle de bain.

Pour en savoir plus sur les mycoses cutanées, **scannez les QR codes**.



Information sur les mycoses
cutanées



Information sur les mycoses
cutanées